

アタッチメント（愛着）形成と、保育の役割

平 野 美沙子

まず、アタッチメント（愛着）とは「幼少期に親子の間に築かれる強い愛情の絆」と言い換えることができ、この概念は発達心理学や幼児教育、保育において、非常に重要である。しかし核家族化が進む現代社会では親子の愛着関係が健全に築かれないケースもあり、そのことが後々、子世代の若年層の心理的問題に発展することもあり現在、非常に大きな社会問題になっている。そこで、ここでは現代社会の育児の現状と、そこに生きる親子の葛藤、そしてアタッチメント（愛着）形成における問題点と保育を通じた打開策について改めて検証したいと考える。

1、困難な育児

人間の育児は他の動物と比較しても非常に特殊である。人間は、生理的な早産の状態での世に生まれ出ると言われており、生後まもなく自分の脚で立つ他の哺乳動物と違い、人間の赤ん坊は首もすわらず身体機能的には非常に未熟な状態で生まれてくる。その後、自力で立てるようになるのに約1年、満足に歩けるようになるまでには約1年半を要するが、このように非常に未熟な状態で生まれるようになったのは、その高度な知能に原因があると言われている。知能が非常に高くなり、脳が巨大化したために母親の胎内で十分に成長してしまうと出産が非常に困難になり安全に生まれ出ることができなくなった。そのため、身体機能は未熟なまま生理的な早産の状態で生まれ出るようになったとする説である。¹⁾

他の生物を支配するほどの高度な知能を持った人間であるが故の困難な出産ということに

なるが、生理的早産として生まれてきた人間の赤ん坊の育児もまた、同じ理由で非常に大きな負担を両親に強いることになる。母親は最低でも1年間は自力で歩くことの出来ない我が子を抱えたまま生活することになり、夜泣きや授乳の面でも極端に体力を消耗することになる。そのような状態で母親が自力で食物を確保することは困難であり、身体機能の未熟な幼子と、その子を抱えた母親を保護し食物を与えるため、父親を含む家族または周囲の親族またはコミュニティーが集団で母親と幼児を保護する必要がある、人間が集団生活をし、部族単位で生活するようになった背景には、このような育児の過酷さがあったと考えることができる。

つまり、乳幼児期の育児は特に負担が大きく、これまで人間は集団生活（家族や地域社会）の中で育児をすることによって、その負担を軽減し乳幼児期の大変な育児を助け合いながら乗り切ってきたと言える。本来、それが自然な姿であり、人間が「社会」を形成するように進化してきた一因でもある。乳幼児期の育児が余りに過酷であるがために、集団生活により未熟な幼児とその母親を養わなくては「種」として生き残ることができなかったのである。

それにも関わらず、現代の日本社会の育児は非常に孤独であることが大半を占める。実家や親族と離れて暮らす核家族が大多数となり、母親は日中一人で幼い我が子の面倒を見ながら、父親の帰宅を待つという状態が多い。乳幼児期の育児の大変さは誰もが知るところであるが、「大変なのは当たり前」と言わんばかりの雰囲気があり、しつけなどの母親業を十分こなせないことは、その母親自身の個

1) ポルトマンが提唱

人的な問題として批判的に見られることすらある。「誰か助けて」というシグナルを発信できないまま、孤軍奮闘するうちに気づくといつか子どもに感情的に当たりちらし、「理想的な母親」になれないことに劣等感を感じ、さらに引きこもって孤立していくような悩める母親達の声を多く耳にする。

特に経済的に自立した生活を送っていた母親が出産、育児をきっかけに職を辞し、家庭に引きこもり社会との関係性が断絶されたと感じることも多い。我が子を抱くことを夢に見て望んで子どもを「つくった」としても、それほどまでに追い込まれて育児をすることになるとは、という気持ちから育児ノイローゼや抑うつ状態、ひいては幼児虐待に発展するようなケースも見られる。このような状況下では親子の「愛着」(心理的な絆、信頼関係)の形成は大きく阻害されることとなる。

2、愛着(アタッチメント)の発達

これまで何度も声高に叫ばれてきたことではあるが、幼児期の愛着形成はその後の人生において非常に重要な意味を持っている。愛着とは、アタッチメント(Attachment)と呼ばれ、1969年にボウルビィによって提唱された。ボウルビィは愛着(Attachment)を「人が生後数ヶ月のあいだに特定の人(母親や父親)との間に結ぶ情愛的な絆」と定義している。ボウルビィは愛着の発達過程を4段階に分けて説明した。誰にでも同じような反応を示す時期(第1段階)から、母親または父親などに特別な愛着を示し、それ以外の人には「人見知り」的な反応を示すようになる時期(第2段階)、はっきりとした愛着行動を示し母親などと離れることを極端に嫌がるようになる時期(第3段階)、そして一緒にいなくても心理的に安定し、愛着の対象がそばにいなくても安心して過ごせるようになる時期(第4段階)の4つに分類される。

エインズワース(Ainsworth)はこのような心理的な絆を形成する母親などの存在を「安全基地」と呼び、不安なときにいつでも

駆け込み、保護してもらうことのできる心理的な「安全基地」を持つことで、両親や家族の枠から離れ、それ以外の人との人間関係を安定的に育んでいくことができるようになる」と唱えた。このように考えると健全な愛着関係を築くことが、その後の友人関係や他者とのコミュニケーション能力の発達にも影響を与えると考えられるのである。

また、愛着の質を測定する手法として代表的なのは、ストレンジ・シチュエーションと呼ばれる手法である。この手法では、子どもを居間のように見立てた実験室に誘導し、その室内に母親がいる時、退室した時、知らない人(ストレンジャー)が入室した時、母親と再会した時のそれぞれで子どもがどのような反応を示すかを確認する。エインズワースら(Ainsworth et al)の研究では、母親がいなくなったり、見知らぬ人が入室したりすると不安を示し、母親と再会すると喜びと安堵の表情を見せるB型(安定型)の子どもがいる一方で、母親の存在を無視するかのよう遊び、母親の退室に動じなかったり、母親との再会の際にも特別な反応を見せないA型(回避型)の子どもや、母親に抱きついたりする一方で母親の退室後の再会の場面では母親に怒りを示したり、いつまでも拒否し続けたりして母親に対する態度に一貫性のないC型(アンビバレント型)の子どもの存在が報告されている。また近年、母親に対して怯えたり立ちすくんだりして不可解な態度をとる第4のD型(無秩序、無方向型)の子ども達の存在が指摘されており、この第4のタイプの多くが被虐待児であると疑われるという指摘から大きな注目を集めている。

さらに、健全な愛着の形成は人間の発達全般においても非常に大きな意味を持つ。愛着は、他者との人間関係の構築においてのみならず、知能の発達、自尊心や自信などの形成にも大きな影響を与えていると言われている。例えば、お腹が空いた、暑い、寒いなどの不快感を泣くことで表現する乳児に対して、抱き上げて授乳をしたり服を着替えさせたりして

くれる母親などの存在は、愛着という心理的な絆を形成するだけでなく、自分が働きかけることで他者は適切に反応してくれるという安心感と信頼感、自分にはその要求に応えてもらうだけの価値があるという自己肯定感につながっていく。それが、やがて自分に対する自信につながり、児童期以降に自尊心や積極性という形で現れてくると考えられる。

また、愛情を持って積極的に話しかけたり乳幼児の働きかけに反応してくれたりする母親などの態度は、脳の発達にも非常に良い刺激となり知能の発達に大きな影響を与えると考えられる。人間の脳が急激に発達する乳幼児期に、周囲からより多くの働きかけや刺激を得ることは脳の神経ネットワークの形成にとって非常に重要であり、知能の発達にも大きな影響を与えることになる。さらに、健全な愛着関係によって育まれる自分に対する自己肯定感も、勉学に対する積極性につながると考えられ、本人が積極的に努力することでさらに知能を伸ばすことにつながることも考えられる。

前出のとおり、生理的早産の状態で身体機能的には未熟なまま生まれる人間にとって、生後から間もない乳幼児期は身体的発達そして脳の発達に非常に重要な意味を持っている。スキヤモン（Scammon）が調べた身体の発達曲線によれば、脳髄、脊髄、感覚器官などの神経組織は生後4～5年で急激に発達し、5歳頃には成人の水準の80～90%に達するとされている。扁桃腺、リンパ腺などの分泌組織を含むリンパ型は児童期に急速に発達し、睾丸、卵巣、子宮などの生殖型は思春期に成熟するものの、体格、骨格、筋肉、内臓などの全般的な身体組織も乳幼児期（とその後の思春期）に急速に発達するため、筋力やバランス感覚などの基本的な身体能力も乳幼児期に培われると言える。このことから脳と身体の発達にとって乳幼児期がいかに重要かが分かる。

また、エリック・バーンが提唱した交流分

析（Transactional Analysis）の視点からも、幼児期の体験の重要性が指摘されている。バーンは精神科医として活動する中で、人間の人格的変化と成長について体系的な理論を構築したが、その中でも特にP（Parent、親）、A（Adult、大人）、C（Child、子ども）の3つの心理状態に関する理論が最も著名である。これは、人間が場面に応じてこの3つの心理状態を使い分けることで人間関係を円滑化（または硬直化）していると説明するもので現在でも多くの心理療法の中で活用されている。さらにバーンはライフ・ポジション（「人生の立場」）という理論で、誰もが3歳から7歳の幼児期の間に決定付ける自分の人生の視点を説明した。バーンによると誰もが幼児期に、自分と他者に対する肯定的または否定的な視点を確立し、何か問題が起こればその基本的な視点から物事を見るばかりで他の視点から考えることができなくなるとされている。

これらライフ・ポジションは4つの視点から成り、I'm OK-You're OK（自己と他者に肯定的）、I'm OK-You're not OK（自己には肯定的で他者に否定的）、I'm not OK-You're OK（自己に否定的で他者に肯定的）、I'm not OK-You're not OK（自己と他者に否定的）の4つの立場がある。例えば、第1のI'm OK-You're OK（自己と他者に肯定的）な視点を持つ人は、自己の考えに対しても他者の意見に対しても肯定的に考えることができるため、寛容で信頼感のある建設的な人間関係を築くことができるようになる。一方で、第2のI'm OK-You're not OK（自己には肯定的で他者に否定的）の視点から考える場合、自分の考えには自信を持っているものの他者の意見などには否定的な考え方をすることが多く、独裁的かつワンマンで独りよがりな思考に陥りやすい。さらに第4のI'm not OK-You're OK（自己に否定的で他者に肯定的）の立場をとる人の場合は、自分自身に自信を持てず常に他者に対して羨望、劣等感、依存心、羞恥心、消極性などを示すことが多くなる。そして第4のI'm not

OK-You're not OK (自己と他者に否定的)の視点が抱える問題は最も重大で、自分に対しても他者に対しても肯定的に感じられないため、「誰も信じられない」、「全てがうまく行かない」、「人生に意味などない」と非常に悲観的かつ無気力になりやすい。

バーンのライフ・ポジションの指摘に関して最も重要なのはこれら4つの視点が、幼児期に、しかも親子関係の中で決定付けられるという点である。親子関係が良好で自分の要求をしっかりと親に受け入れてもらえた時、または受け入れてもらえずとも要望として十分に理解してもらえたと感じられる時、自分に対する肯定感(I'm OKの感覚)を抱くことが出来、その積み重ねがライフ・ポジション(人生の立場)として確立されていくとされている。また、その逆で常に親から叱られる、批判される、否定される(精神的虐待)、面倒を見てもらえない(育児放棄またはネグレクト)、暴力的に支配される(身体的または性的虐待)といったことがあると、自分に対する肯定感(I'm OKの感覚)を抱くことができずに自己に対して、または自己と他者の双方に対して否定的な立場をとるようになると考えられる。バーンは、フロイトが提唱した精神分析の理論を長年学んだ後に独自の理論として交流分析(Transaction Analysis)の理論を構築しており、両者ともに幼児期の養育環境と親子関係については多くの考察を残している。ここでもやはり「愛着」または健全な親子関係は、人生に対する基本的な立場を形作る重要な要素として論じられているのである。

さらに重要なのは、子どもが青年期を迎え、親離れ子離れの時期にさしかかった時である。この時期にも親子の愛着関係は、やはり大きな意味を持ち恋愛(伴侶の選択)や次世代の子育てに大きな意味を持っている。親子の間に健全な愛着関係が確立されている場合、それを基盤として適切な時期に親離れ子離れを経験し、親子間に適当な距離感を保ちながら外部の友人関係そして恋愛関係を育んでいけ

るようになるが、愛着関係が不安定である場合、青年期に入り親離れしようとする子を手放せない親や、親離れしなくてはならない時期に親への依存または隔絶を示す子など、親子の距離感が上手に保てないこともある。また、親子の愛着関係が不安定であると、基本的な人間関係の構築や信頼関係に問題が生じるため、親以外の人(友人や恋人など)に対しても極度に不信感を抱いたり、束縛しようと試みたり、または過度に依存するなど、安定的な人間関係がづくりにくくなる。そのような不安定な関係性の中でストーカーやDV(ドメスティック・バイオレンス)、デートDV(恋人関係の上でのDV)に発展するようなケースもあり、当然パートナー選択は極端に難しいものとなる。

そして、親子の愛着関係は次の世代の子育てにも影響を与える。自分の親と適切な愛着関係を築けなかった場合、(虐待やネグレクトの育児環境で育った場合など)同様の子育て体験が世代を超えて繰り返されることがある。これは虐待的親子関係の世代間連鎖と呼ばれているが、多くの親が自分が養育された方法とほぼ同じ方法で自分の子どもを育てるようになる。現代の日本社会のように核家族化が進み、自宅が親と子の密室空間と化した社会では、育児のあり方も非常に閉鎖的になり、子どもは無意識に自分がされた養育方法を生まれてきた我が子に対してそのまま行うようになる。そのため、例えば「しつけ」と称して過度の身体的罰などを加えられ成長した子は、親となっても同じように「しつけ」と称する体罰を加え続けるようになることがある。乳幼児期に形成された親子間の愛着関係そして養育環境は、このように青年期の伴侶の選択、さらには成人期以降の出産や育児にまで影響を与えることがある。

これらのことから、健全な養育環境で適切な愛着関係を構築することが幼児期は特に重要となるが、そのためには安定的な親子関係が確保されていること、親が身体的、精神的に健康であること、そして未熟な乳幼児の育

児を担う母親などの生活を十分にサポートする周囲の体制があること等が欠かせない。しかし、前出のとおり現代の日本社会の育児は非常に厳しいものであることが多い。育児は本来、社会全体が集団生活の中で担うべきものであり、人類の歴史を振り返ってみても母親がたった一人で、かつ閉鎖的な環境で非常に未熟な状態で生まれる乳幼児の育児に携わるという状況はこれまで例がない。育児は本来、親だけの仕事ではなく、家族または地域ひいては社会全体の責任のもとに行われるべきものなのである。では、現代の日本社会で「育児」を担うべきなのは誰か。もちろん母親と父親（そして親族）を含む広義の「家族」の役割は大きい、社会的な意味では保育所（園）の果たす役割が大きいといわざるをえない。

3、育児の社会化と、保育の役割

乳幼児期の育児が人類の進化と社会的変化によって過酷さを増し、特に乳幼児期の育児には家族と地域社会の手助けが欠かせないことを指摘したが、核家族化の進んだ現代社会では保育所（園）の担う役割が特に重要となる。現代の日本社会では、近年の高齢化または未婚化、晩婚化、非婚化の影響で単身世帯も多いが、特に親世代と子どもだけという核家族の形態が大半を占めており、育児技術が世代間でうまく伝承されていないことが多い。自分と自分のきょうだい以外に家族の中に子どもはおらず、必然的に我が子を出産するまで赤ん坊に触れたこともない若者が増加し、当然、赤ん坊の抱き方もおむつの取り替え方も知らず、離乳食の作り方や子どもの発達過程についてもほとんど知識がない。本来であれば同居する祖父母世代が中心となって育児技術を伝え教えるべきであろうが、祖父母世代が遠く田舎暮らしであり、子どもが孫を連れて帰省できるのも年に数回となると日々の育児は大きな困難となる。

このような社会的背景が、近年多発している未熟な親や、モンスターペアレント（保育所や幼稚園、学校などに過度な要求を突きつ

ける親）の出現、さらには育児ノイローゼや幼児虐待の発生に拍車をかけていると考えることもできる。適切な育児知識も周囲の手助けもない中で、育児の悩みを自分だけで抱えて爆発寸前の親たちの叫びが、時に思いもよらぬ形で現れてくるのである。

そこで重要となるのが早期からの集団保育であり、育児技術のプロ集団を抱える保育所（園）の活用である。これは育児の負担を保育所（園）などを含めた社会全体で担うこと、つまり「育児の社会化」と言うこともできる。保育所（園）は、親同士のコミュニケーションの場となるだけでなく0歳からの保育実践の中で、赤ん坊の抱き方、あやし方、離乳食の作り方、離乳食の与え方、与える食物の順序、そして起床時間やお昼寝、就寝時間など生活リズムの整え方など生活の細々とした部分まで早期保育の中で伝えていけることは多い。さらには幼児の遊ばせ方、遊び場の確保、玩具や知育玩具の与え方、ゲーム機器や携帯電話などハイテク機器の使用と制限、テレビ視聴と外遊びとのバランスのとり方など、現代社会に氾濫している情報機器の使用などから我が子を守り健全な身体と精神を育むための情報の場となることも期待される。

例えば、一方的な情報提供の媒体であるテレビなどは、一般的にコミュニケーション能力の発達のためにも長時間一人で見せない方が良いとされており、少なくとも会話ができる（双方向のコミュニケーションがとれる）ようになってから、一定の時間内で、視聴番組を選んで視聴する方が良いとされている。また、特に都会の住宅密集地域では子どもが外で十分に遊べる空間がないことが多く、林や森、川、山、風など自然の風景からは遠くかけ離れており、子どもを狙った犯罪や安全性の面からも安心して遊ばせられる環境が確保されているとは言い難い。外遊びが子どもの発達上、重要な意味を持っているとしても安心して遊ばせられる環境がないのでは、やはり管理のしやすい屋内の限られたスペースで遊ばせるしかないと考える親は多い。その

ような現代社会の現状の中では、人工的に用意された「自然」の環境を提供する必要性もあるのではないかと。自宅で育児をするよりも、十分な広さの園庭を持つ保育所（園）を活用し、その園庭で遊ばせることで管理されつつも十分に土と水にまみれた質の高い「遊び」の場を提供できるのではないかと、考えると、子どもの「遊び」の面でも保育所（園）が持つ意味は大きいと言える。

しかし、そのためには保育所（園）の保育士自身が適切な保育知識を持っていないとではない。子どもの発達過程、それぞれの発達過程に必要な支援、子どもにとっての「遊び」の重要性、年齢に応じた「遊び」の変化、そして集団で保育することの意味に関して十分な知識を持ち、その重要性を理解している必要がある。特に子どもは、非常に観察学習能力が高く、集団の中で年長の子ども達を観察しながら多くのことを学んでいくので、これらの集団保育の重要性を親に伝え、教え、親を監督していく役割が求められる。

このようなニーズに加えて、夫婦共働き世帯が増えたこと、社会的経済情勢の変化などから2006年には「就学前の子どもに関する教育、保育等の総合的な提供の推進に関する法律」が制定され、認定こども園の新制度がスタートした。その背景には、福祉施設として厚生労働省の管轄となる保育所（園）と、教育施設として文部科学省に監督される幼稚園の機能的な違いが、社会の実情と合わなくなってきたことがあり、多様化する親のニーズに柔軟に対応する目的で、認定こども園の新制度が発足した。しかし、この新制度には保育所と幼稚園が一体的な運営を行う「幼保連携型」、保育所に幼稚園の機能を加えた「保育所型」、幼稚園に保育所の機能を加えた「幼稚園型」、そして自治体の独自裁量によって認定される「地方裁量型」の4タイプがある。これは保育所と幼稚園の機能を柔軟的に備え、「保育に欠ける」（就業、病気、看護・介護などの理由から日中、自宅で育児ができない）親以外でも子どもを長時間預けられる

ようにし、すべての子育て家庭に子育ての不安に対する相談の場所や親子の集いの機会を提供しようとしたものであるが、期待されたほど認定こども園の数は増加していないのが現状であり、その原因として、保育士資格と幼稚園教諭免許状の国家資格の双方を取得しなくてはならないことや、施設面積や設備などの基準が想定以上に高いことが挙げられる。一部には、企業内に設置される事業所内保育所や、保育士・看護師の資格を持つ者（家庭的保育者）の自宅で少人数の子どもを預かる家庭的保育（保育ママ）なども増加しているが、待機児童の問題が大きく改善されたとは言い難い。

少子高齢化社会となった日本社会で、人口の半数を占める女性の労働力確保のために保育所の活用は重要な社会政策ではあるが、それだけではなく子どもの発達と、健全な親子の愛着関係の形成、育児技術の伝承の場、そして悲惨な幼児虐待の発生などを未然に防ぐためにも保育所（園）が担うべき役割は大きく、そこで次世代の育成を担う保育士には多くが求められていると言える。

参考文献（50音順）

- 浅井春夫、金澤誠一編「福祉・保育現場の貧困」明石書店、2009年
- 安部朋子著「ギスギスした人間関係をまーくくする心理学ーエリック・バーンのTA」西日本出版社、2008年
- 石井正子、松尾直博編「教育心理学 保育者をめざす人へ」樹村房、2004年
- 伊藤健次編「保育に生かす教育心理学」みらい、2008年
- 小野寺敦子著「手にとるように発達心理学がわかる本」かんき出版、2009年
- 桜井茂男、濱口佳和、向井隆代著「子どものこころー児童心理学入門」有斐閣アルマ、2003年
- 白井利明、都筑学、森陽子著「やさしい青年心理学」有斐閣アルマ、2002年
- 玉井美知子監修、浅見均、田中正治編「現代保育者論」学事出版、2004年

- 田村和之編「保育六法2009」信山社、2009年
第二東京弁護士会／両性の平等に関する委員会編「新しい保育を求めて」日本評論社、1992年
寺見陽子、西垣吉之編「乳幼児保育の理論と実践」ミネルヴァ書房、2008年
中釜洋子、野末武義、布柴靖枝、無藤清子著「家族心理学－家族システムの発達と臨床的援助」有斐閣、2008年
林信二郎、岡崎友典著「幼児の教育と保育」放送大学教育振興会、2004年
林洋一監修「史上最強よくわかる発達心理学」ナツメ社、2010年
吉田直子、片岡基明編「子どもの発達心理学を学ぶ人のために」世界思想社、2003年

